

你覺得不用藥困難嗎？

如果你想要改變物質使用的結果不同，我們就得做些變化！
一起來復元12法則團體，做點不一樣的事，讓生活有點不一樣！

伙 來 作 呷 奔

(復元十二法則團體)



聚會日期：(週六)

08/23、09/20、10/18、
11/15、12/06

• **聚會時間：**



09:30-11:30

• **聚會地點：**



中國醫藥大學附設醫院
美德大樓1樓157門診
(台中市北區美德街166號)



主辦單位：

衛生福利部草屯療養院
中國醫藥大學附設醫院



報名條件：

有意願之用藥者或復元者



報名方式：

(草療 蒲社工師)

049-2550800*3833

(中國醫 賴個管師)

04-22052121*11264

(QR code報名)

參加者無須支付任何費用，
且每次聚會可獲得一份餐點！



* 我們重視您的參與，參與過程會維護您的個人隱私唷！



歡迎參與

作伙 來呷奔



聚會地點：

中國醫藥大學附設醫院

美德大樓1樓157門診



主辦單位：

衛生福利部草屯療養院

中國醫藥大學附設醫院



衛生福利部草屯療養院 發展整合性藥癮醫療示範模式計畫 復元者支持團體

一、緣起

本院自 107 年起承接整合性藥癮醫療示範中心計畫至今，深知現行藥癮者復元仍多以非自願性個案為服務對象，於發展延續型藥癮醫療處遇過程中，部分成員對於十二法則的主題有較高的興趣，然而返回社區後，在未有司法壓力下想維持無毒生活，卻缺乏國外發展已久的戒癮匿名會（Narcotics Anonymous, NA；下稱 NA）等自助團體，維持無毒生活的支持系統相對不足。戒癮匿名會（NA）源自 1935 年戒酒匿名會（Alcoholics Anonymous, AA），以十二法則（12 STEPS）為聚會主軸，透過成員共同討論類似的問題及彼此互相幫忙，透過自助與互助穩定復元。

考慮在自助團體發展未臻的此時，為使團體聚會更符合本土文化脈絡，於復元技巧團體中與成員進行討論對支持團體的期待，故規劃以半自助式團體方式進行，以 Twelve Step Facilitation Therapy（TSF）為基礎，同時邀請復元者一同參與半自助團體建構，於復元的道路上自助助人，另亦可搭配延續型藥癮醫療處遇，建構更加完整的藥癮者復元資源，以期能減少失足復發機會，進而穩定無毒生活。

二、目的

- （一）提供一個安全討論復元的聚會，以時間、經驗、同理心陪同復元者。
- （二）提供復元者分享復元經過的聚會。
- （三）練習實踐十二法則於生活之中。

三、理論基礎

十二步驟（12 Steps）自 1935 年戒酒匿名會（AA）發展以來，已成為全球戒癮與復元的重要依據。美國藥物濫用暨心理健康服務署（Substance Abuse and Mental Health Services Administration, SAMHSA）指出，專業治療結合十二步驟支持團體，可顯著提升復元成效，透過相似經驗者交流，能促進自我覺察並建立長期支持網絡。

考量目前藥癮匿名團體（NA）少見，故本方案擬以 Twelve-Step Facilitation（TSF）為基礎辦理支持團體，作為復元銜接措施。TSF 為結構化且具實證基礎的介入模式，強調接受成癮特性、建立支持關係、持續參與團體及實踐十二步驟原則，研究已證實其可延長戒癮維持時間、降低復發率並促進心理社會功能，為復元歷程中重要且有效的支持策略。

四、方案設計

- （一）服務對象與篩選機制：以參與過衛生福利部草屯療養院之延續型治療計畫有意願者為優先，其次為有意願之藥癮者或復元者。
- （二）頻次：114 年 8 月至 12 月，1 次/月，預定辦理 5 場次。
- （三）地點：中國醫藥大學附設醫院美德大樓

(四) 帶領者：專業人員、過來人

(五) 成員人數：10-15 人

(六) 聚會主題：

復元者支持團體					
次 數	1	2	3	4	5
日 期	8 月 23 日	9 月 20 日	10 月 18 日	11 月 15 日	12 月 6 日
時 間	主 題	主 題	主 題	主 題	主 題
09:30-11:00	團體介紹與說明	人、地點與事物	臣服	信念	團體回顧
	接受與接納		積極於 12 法則中	欣然改變	
11:00-11:30	餐敘				

日期	主題	目標
8/23	團體介紹與說明	1. 團體成員認識、介紹團體進行方式。 2. 探索過去的自己與物質的關係。 3. 認識改變階段及定錨自己的位置。 4. 認識 12 法則。
	接受與接納	1. 介紹與討論 12 法則之法則一：在想法上做改變、無能為力與否認。 2. 用自己的話來定義何謂接受與接納。
9/20	人、地點與事物	1. 辨識周遭人、地點、事物或習慣與物質使用的關聯。 2. 盤點支持與不支持自己復元的人、地點與事物。 3. 認識與討論法則二：接納並使用精神資源的能量。
10/18	臣服	1. 尋找能幫助自己的精神能量。 2. 接納並使用精神能量。 3. 認識與討論法則三：做決定。 4. 用自己的話來定義「臣服」。
	積極於 12 法則中	1. 認識與討論法則四：發掘自我真實的面貌。 2. 辨識物質如何影響一個人的生活方式。 3. 評估最近一次發生的失足。 4. 發展避免失足後持續使用的策略。

11/15	信念	1.認識與討論法則五：將真正的自我展現於外。 2.真誠面對自己內在與擔憂狀態。 3.思考生活中可擔任響導的那個人。
	欣然改變	1.認識與討論法則六：承認自己的內在力量、法則七：著手改造自己。 2.探討自己在復元過程為改變做的準備及影響改變的阻力。 3.發展個人資產（正向特質）。
12/6	團體回顧	1.團體回顧。 2.描述一個自己的積極變化。 3.確定自己未來的目標。 4.練習將十二法則落實於生活之中。

五、工作人員出勤時間規劃

時間	工作內容
08:00-09:30	團體前場地準備、會前會
09:30-11:30	團體時間
11:30-12:30	團體後場地回復、會後會